



Sommario

- 10 Introduzione
- 18 Monte Rama: la direttissima e la via Zunino (1)
- 20 Punta Martin e Monte Penello: di fronte alla Baiarda (2)
- 22 Dai Piani di Praglia al Monte delle Figne e al Monte Taccone (3)
- 26 I sentieri e le vie ferrate della Biurca e della Carrega del Diavolo (4)
- 28 La panoramica salita al Monte Antola (5)
- 30 Monti Cavalmurone e Legna, Poggio Rondino, Monte Carmo (6)
- 32 Da Pobbio ai Monti Roncasso, Coserone, Ebro e Chiappo (7)
- 34 Monte Tartago, Monte Lesima: in cima all'Appennino lombardo (8)
- 36 Nei boschi del Monte d'Alpe e del Monte Calenzone (9)
- 38 Monti Pan per Due e Pietracorva: una breve gita nell'Oltrepò Pavese (10)
- 40 Pietra Parcellara: la più bella delle ofioliti (11)
- 42 Dente e Groppo delle Ali, Monte Bue (12)
- 44 Al Monte Maggiorasca per il canale Martincano (13)
- 46 Monte Penna con piccozza e ramponi (14)
- 48 La traversata del Monte Aiona (15)
- 50 La salita dal Passo della Forcella al Monte Ramaceto (16)
- 52 Sul crinale di Monte Gottero (17)
- 54 Sulle aeree creste di Monte Barigazzo (18)
- 58 La traversata alta delle Cinque Terre (19)
- 60 Monte Sagro, Monte Spallone: le Apuane affacciate su Carrara (20)
- 62 Pizzo d'Uccello: accanto alla grande parete (21)
- 64 Il Monte Pisanino d'inverno (22)
- 66 L'anello della Tambura (23)
- 68 Da Arni alla panoramica Penna di Sumbra (24)
- 70 Pania della Croce, Pizzo delle Saette (25)
- 74 Dalla Garfagnana alla Pania Secca (26)
- 76 I sentieri e la ferrata del Monte Forato (27)
- 78 La ferrata del Procinto (28)
- 80 Da Lagdei alla vetta del Monte Marmagna (29)
- 82 Monte Matto, Monte Paitino e Monte Sillara (30)
- 84 Monte Acuto, Punta Buffanaro: una cresta spettacolare (31)
- 86 Monte Casarola, Alpe di Succiso: le più solitarie cime emiliane (32)
- 90 Dal Lago Calamone al Monte Ventasso (33)
- 92 Dal Vallone dell'Inferno alla Nuda (34)
- 94 Monte Ravaiana, Monte di Soraggio, Monte Sillano (35)
- 96 Monte Bocca di Scala, Monte Vecchio, Monte Prato (36)
- 98 La Pania di Corfino: rocce, fioriture e panorami (37)
- 100 Due canaloni di neve sul Monte Prado (38)
- 102 Il Monte Cusna per i Prati di Sara (39)
- 106 Bismantova: la ferrata degli Alpini (40)
- 108 La traversata da Guiglia al Sasso alla Penna (41)
- 110 Monte Alpesigola: la ripida salita dai Casoni e da Fabbrica (42)
- 112 Sulle creste di neve del Monte Giovo (43)
- 114 Dall'Orrido di Botri al Monte Rondinaio (44)
- 116 L'Alpe delle Tre Potenze e i Denti della Vecchia (45)
- 118 Dal Lago della Ninfa al Cimone (46)
- 122 Il ripido versante est del Corno alle Scale (47)
- 124 Poggio dell'Ignuda, Monte Gennaio: le vette dell'Uccelliera (48)
- 126 Monticelli, Poggio dei Malandrini, Punta della Crina (49)
- 128 Monte Bucciana: la salita dal rifugio Pacini (50)
- 130 Da Castiglione dei Pepoli ai Monti Gatta e Spiaggia Baguucci (51)
- 132 Rocca di Badolo, Monte dei Frati, Monte Adone, Monte Castellazzo (52)
- 134 Poggio all'Aia, Poggio Casaccia: le vette di Firenze (53)
- 136 Dall'Acquacheta al Monte Lavane (54)
- 138 Monte Falterona, Monte Falco e Monte Acuto (55)
- 140 Sul crinale del Pratomagno (56)
- 142 Monte Aquilone, Monte Fumaiolo: un anello da Le Balze (57)
- 144 Da Case Barboni al Sasso di Simone e al Simoncello (58)
- 146 Attraverso l'Alpe della Luna (59)
- 148 Dall'Eremo di Monte Casale al Poggio dei Tre Termini (60)
- 150 Sul crinale del Chianti (61)
- 152 Nei boschi di Monte Cetona (62)
- 154 Da Suvereto al Monte Calvi (63)
- 156 Monte Telegrafo: attraverso l'Argentario (64)
- 158 La traversata del Monte Amiata (65)